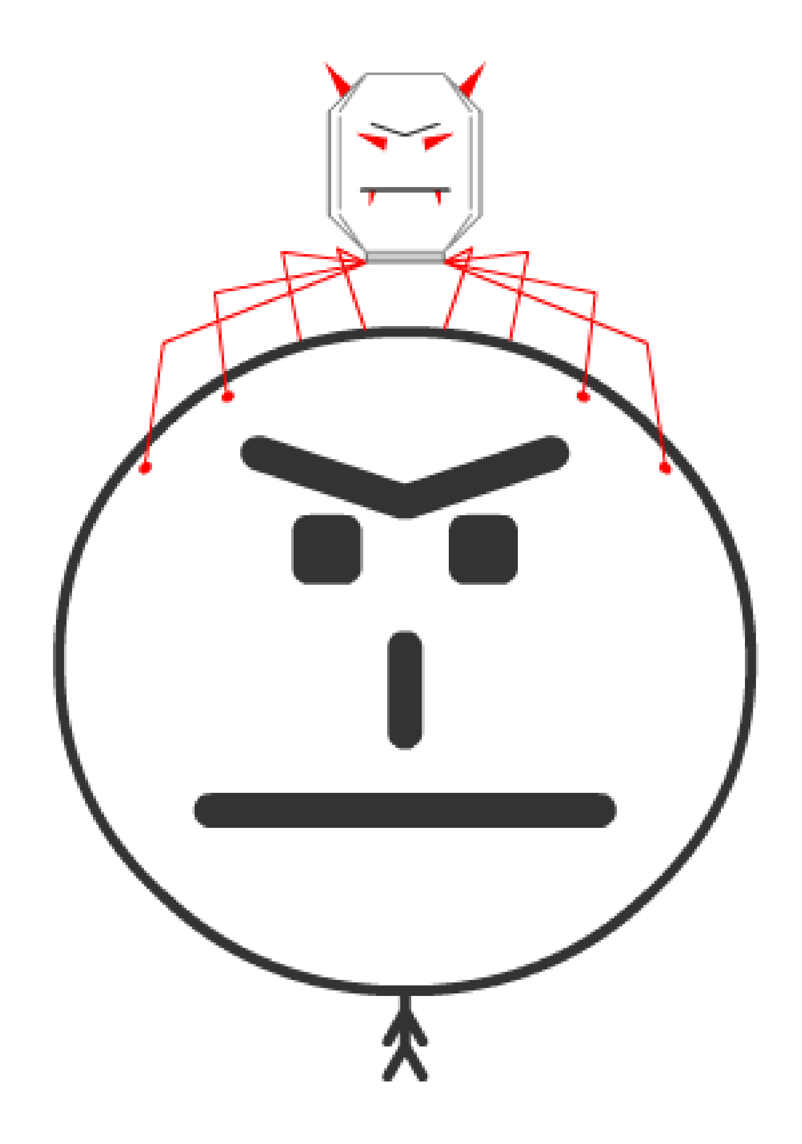
АНАРКОЗИН

антивирусный журнал

#3 (06/09) Спецвыпуск

Покорми меня



Нет, сволочь, ты сдохнешь от голода

Хой!

Это = 3-й № литературноватого стрэйтэджерского зина «**АНАРКОЗИН**». Спец№.

Напомним:

1) Зин = zine, самиздатный журнал, распространяемый свободно и спонтанно, и ксерокс = его лучший друг.

2) «**АНАРКОЗИН**» = анти + нарко + зин.

3) Нарко = химические, медиа- и прочие зависимости.

4) Стрэйтэджерский = анарко.

5) Литературноватый = состоящий, в основном, из всяких более-менее художественных (а не публицистических) объектов.

Этот № = спец№ потому, что его объекты = большей частью листовки (макеты для распечатывания, украшения холодильника и рабочего места, XEReния, распихивания по почтовым ящикам и т.д., и т.п.). Ведь, порой короткие и ясные мэссэджи оказываются гораздо полезнее объёмных текстов. А другой порой краткость и ясность = вообще единственно возможный вариант.

Кроме того, хорошие идеи, конечно, = круто, но в сплаве с музыкой они, ведь, = ещё более круто. Поэтому ниже присутствует статейка «Do You Speak Music?». О самом муздиайвае на практике и о том, что нех творить себе кумиров, лучше самому быть себе кумиром.

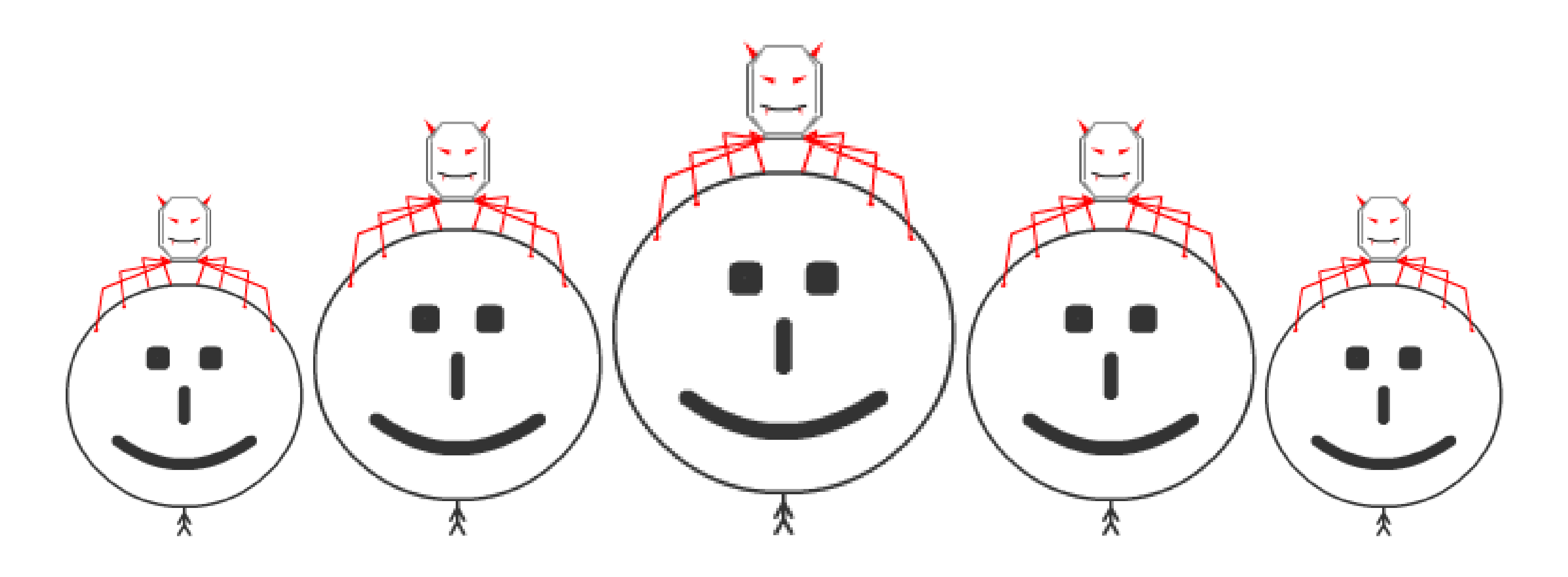
Обещанный в прошлом № переход на «плюс-минус-яз» пока отложен, но для тех, кого эта тема продолжает интересовать, в архиве с этим №-ом имеется файлик «mozg.xls». Это = маленькая программка на эксельных макросах, с помощью которой можно попытаться ощутить плюс-минус-язные идеи «на ощупь».

Ну, и типа того :)



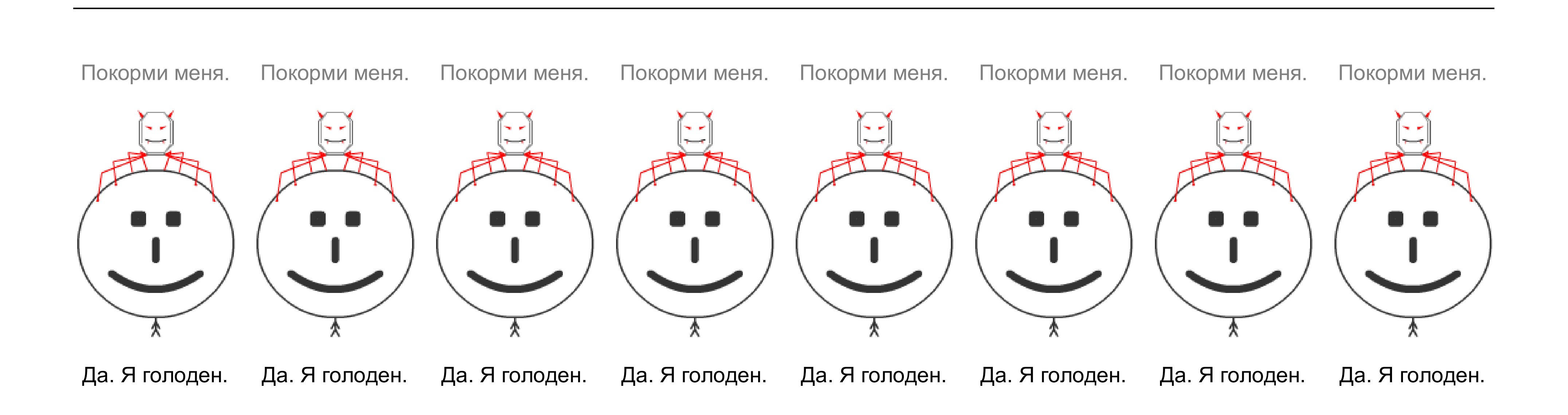
Ответсек

Очень многие люди заражены психовирусами.



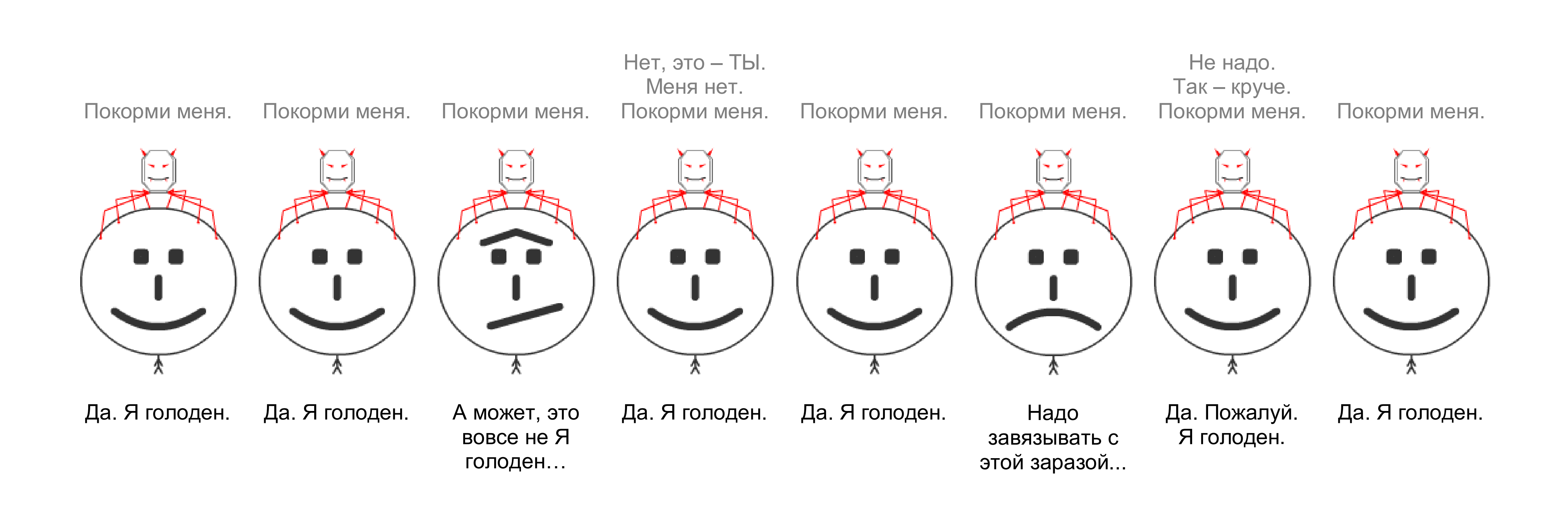
Разные люди называют их по-разному: «психовирусы», «мозгопаразиты», «ядовитые идеи», «деструктивные когниции», «инграммы», «порочные рефлексы», «вредные привычки ума», «бесы», «демоны», «сущности» и т.п.
Название не столь важно, – важно то, что они существуют, и это – никакие не сказки.
Они реально существуют, и заставляют нормальных людей быть ненормальными.
Злодействовать, принимать вещественные (табак, алкоголь, марихуана, героин, …) и медиа-наркотики (ТВ, интернет, игры, порно, …), потребл…тствовать, плевать на физкультуру, не быть собой, мешать другому быть другим, и верить во всякую чушь.
Да ещё и всерьёз считать, что всё это – круто, а не круто – как раз, наоборот.

Одни – вообще не подозревают, что у них есть Хозяин.



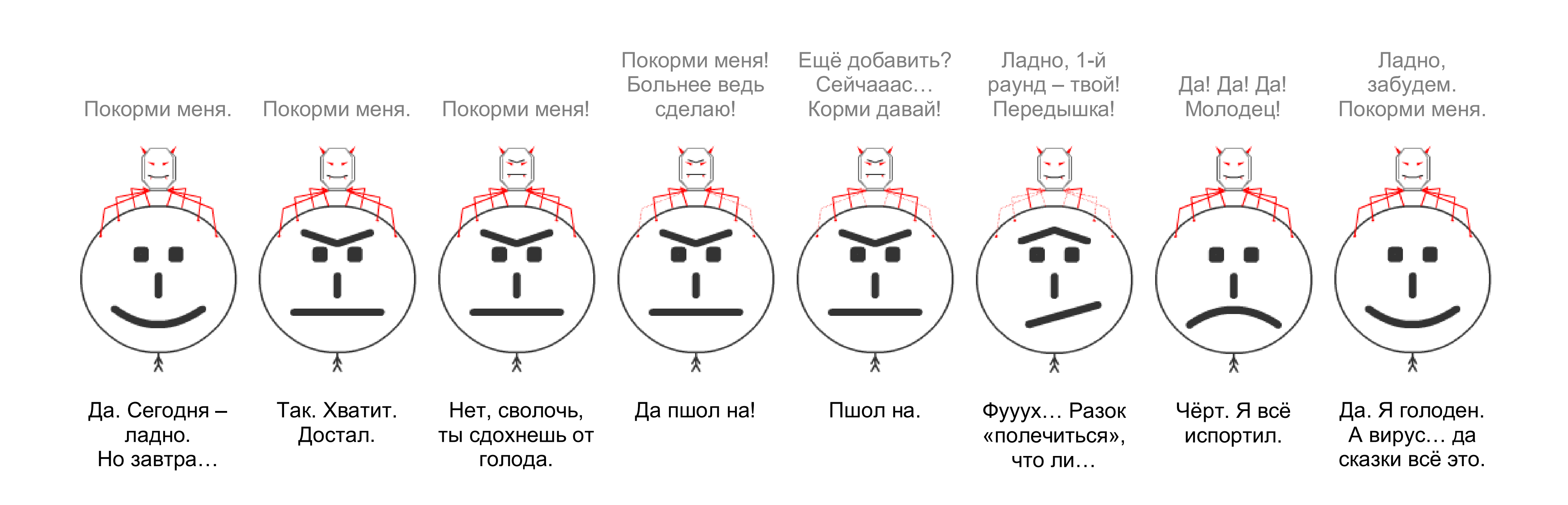
И каждый их день – это сплошное неосознанное целование его туфли.

У других – иногда возникают сомнения.



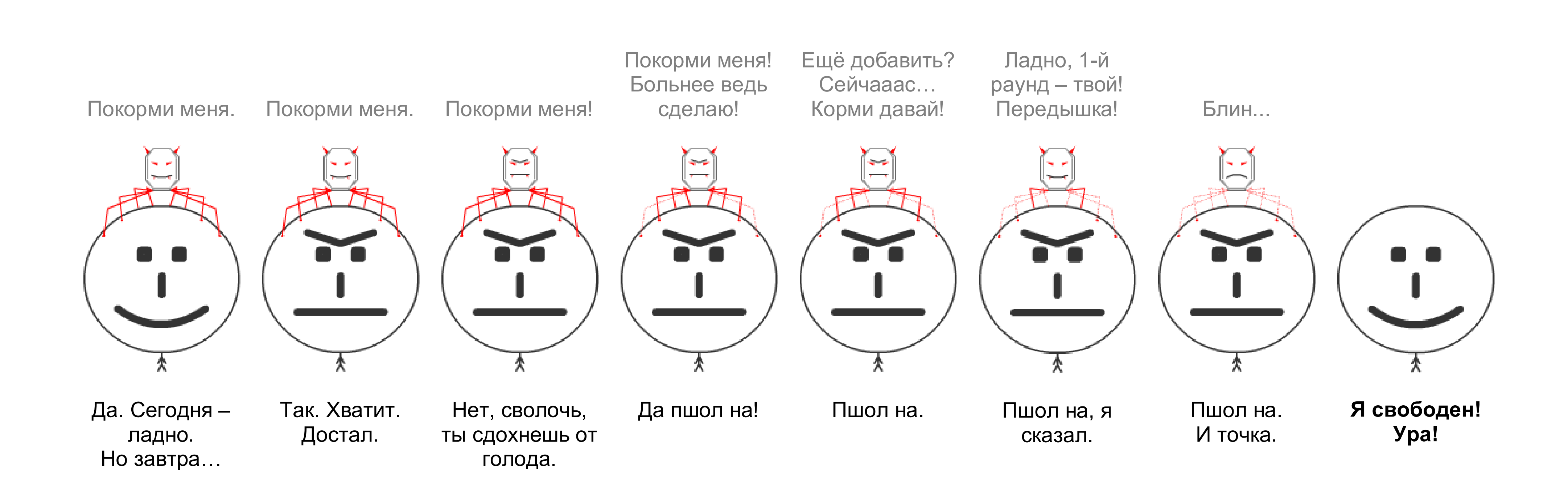
Или – сожаления.
Но это быстро проходит.

Третьи – пытаются что-то сделать.



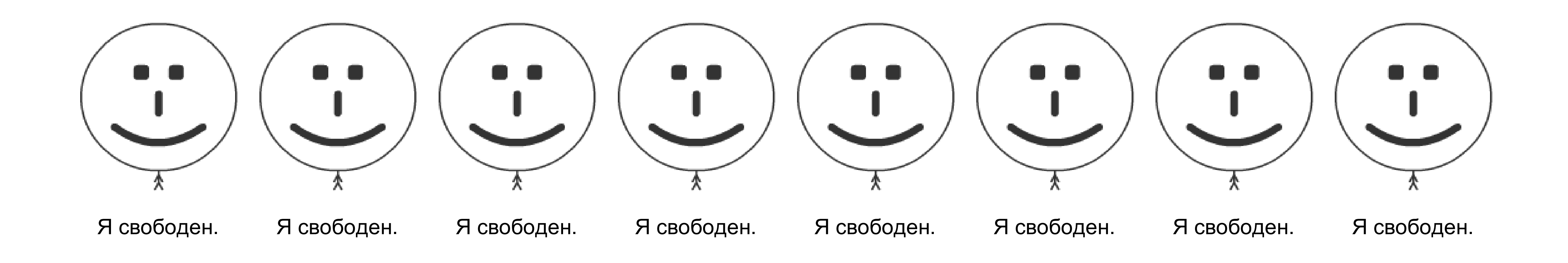
Но рано сдаются.

Четвёртым – удаётся победить.



Стиснув зубы и выдержав испытание ломкой до конца (максимум – каких-то 4 недели).

Подумай о тех, кто свободен.

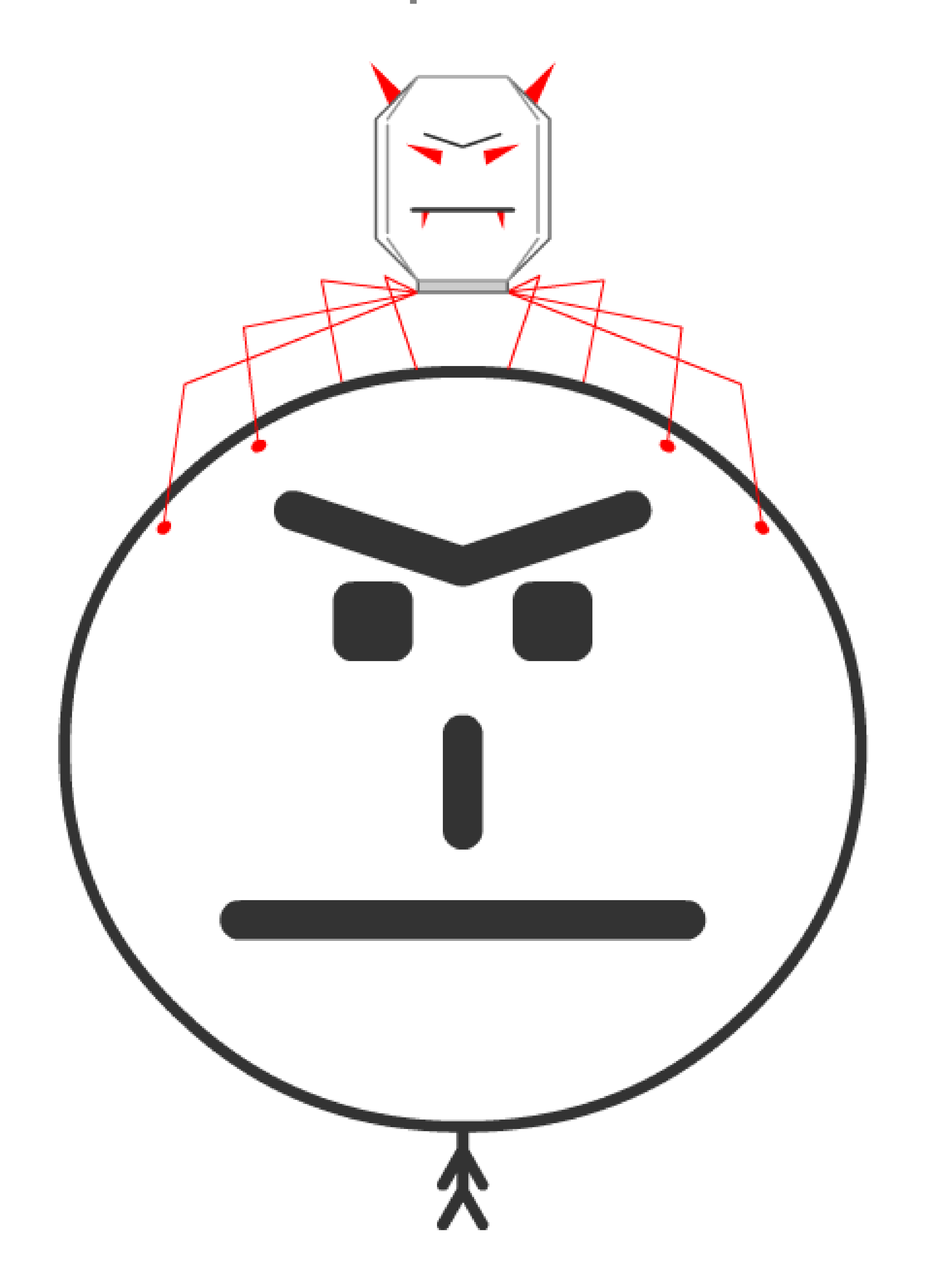


О тех, кто свободен каждый день.

Будь свободным тоже. Пройди испытание.

Это – верх крутизны.
Это – проявление большой силы.
Это – серьёзный повод для всеобщего уважения.
Это – единственный по-настоящему честный бунт и протест.

Покорми меня



Нет, сволочь, ты сдохнешь от голода

Покорми меня

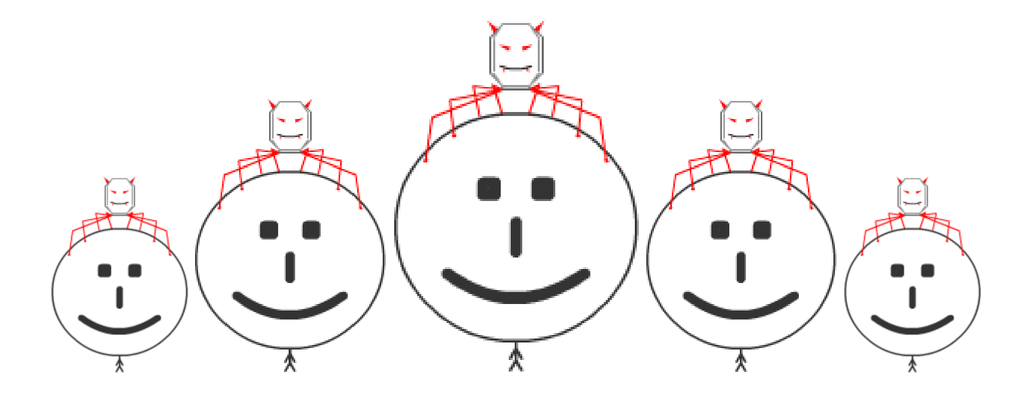
Нет, сволочь, ты сдохнешь от голода



Покорми меня

Нет, сволочь, ты сдохнешь от голода

Очень многие люди заражены психовирусами.



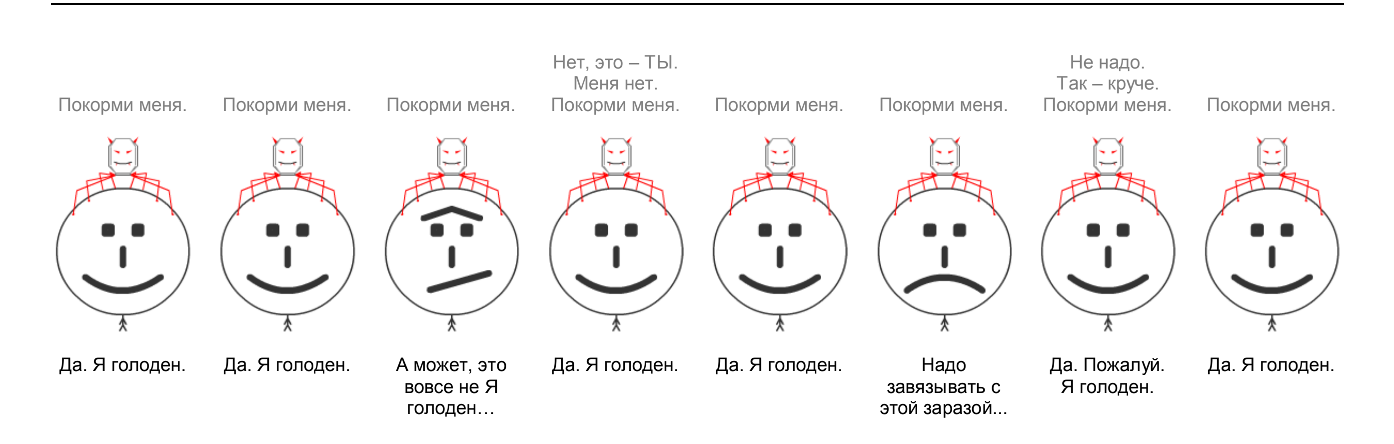
Разные люди называют их по-разному: «психовирусы», «мозгопаразиты», «ядовитые идеи», «деструктивные когниции», «инграммы», «порочные рефлексы», «вредные привычки ума», «бесы», «демоны», «сущности» и т.п.
Название не столь важно, – важно то, что они существуют, и это – никакие не сказки.
Они реально существуют, и заставляют нормальных людей быть ненормальными.
Злодействовать, принимать вещественные (табак, алкоголь, марихуана, героин, …) и медиа-наркотики (ТВ, интернет, игры, порно, …), потребл…тствовать, плевать на физкультуру, не быть собой, мешать другому быть другим, и верить во всякую чушь.
Да ещё и всерьёз считать, что всё это – круто, а не круто – как раз, наоборот.

Одни – вообще не подозревают, что у них есть Хозяин.



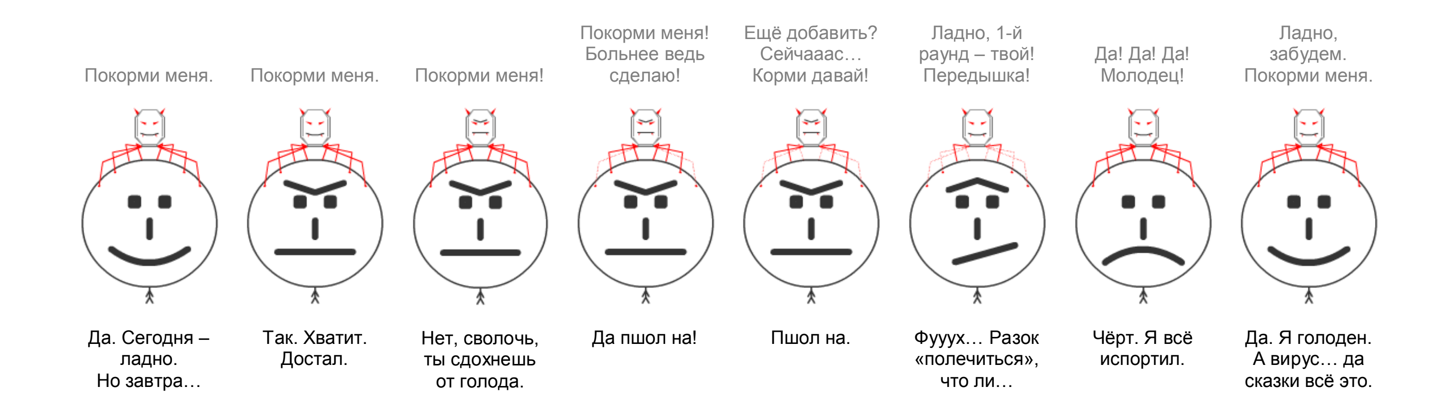
И каждый их день – это сплошное неосознанное целование его туфли.

У других – иногда возникают сомнения.



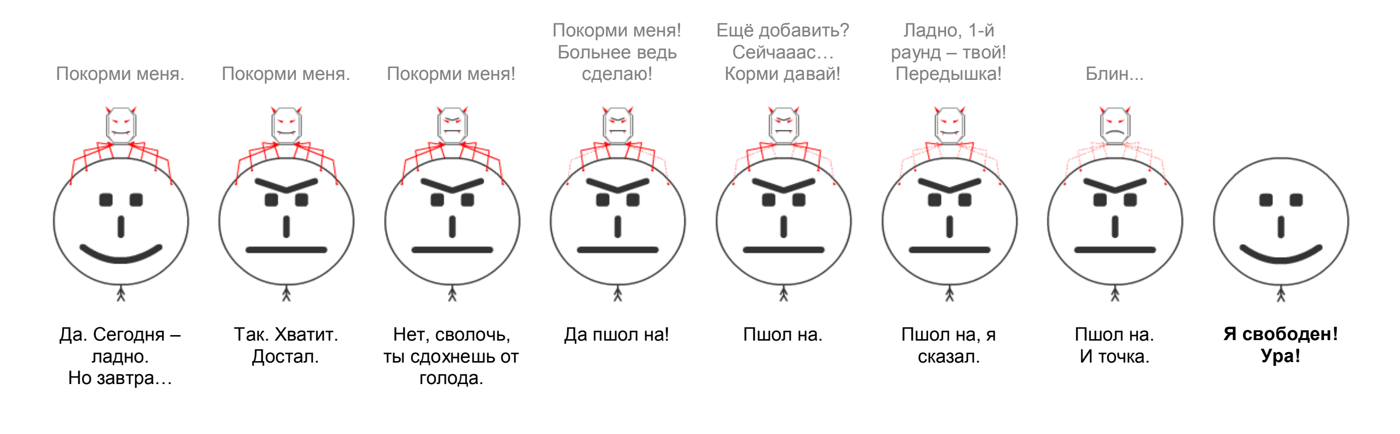
Или – сожаления.
Но это быстро проходит.

Третьи – пытаются что-то сделать.



Но рано сдаются.

Четвёртым – удаётся победить.



Стиснув зубы и выдержав испытание ломкой до конца (максимум – каких-то 4 недели).

Подумай о тех, кто свободен.



О тех, кто свободен каждый день.

Будь свободным тоже. Пройди испытание.

Это – верх крутизны.
Это – проявление большой силы.
Это – серьёзный повод для всеобщего уважения.
Это – единственный по-настоящему честный бунт и протест.

Проснись

---

1) Ты живёшь бесконечное число раз.

2) Цель каждой жизни – использование и ненавязчивое распространение идеи альтруизма (радости заботы о других).

3) То, насколько ты реализуешь цель, определяет: кем и где ты родишься в следующий раз.

4) Но это не должно быть «самой выгодной стратегией», в этом нужно найти кайф.

Всё. Точка. Это и есть та самая Истина.

<u>Не трать время и силы</u> на более длинные «правила жизни»,
ибо тогда Истина забудется, и Цель потеряется.

Проснись. Выдержи испытание информацией.

Проснись

---

1) Ты живёшь бесконечное число раз.

2) Цель каждой жизни – использование и ненавязчивое распространение идеи альтруизма (радости заботы о других).

3) То, насколько ты реализуешь цель, определяет: кем и где ты родишься в следующий раз.

4) Но это не должно быть «самой выгодной стратегией», в этом нужно найти кайф.

Всё. Точка. Это и есть та самая Истина.

Не трать время и силы на более длинные «правила жизни»,
ибо тогда Истина забудется, и Цель потеряется.

Проснись. Выдержи испытание информацией.

Проснись

---

1) Ты живёшь бесконечное число раз.

2) Цель каждой жизни – использование и ненавязчивое распространение идеи альтруизма (радости заботы о других).

3) То, насколько ты реализуешь цель, определяет: кем и где ты родишься в следующий раз.

4) Но это не должно быть «самой выгодной стратегией», в этом нужно найти кайф.

Всё. Точка. Это и есть та самая Истина.

Не трать время и силы на более длинные «правила жизни»,
ибо тогда Истина забудется, и Цель потеряется.

Проснись. Выдержи испытание информацией.

Проснись

---

1) Ты живёшь бесконечное число раз.

2) Цель каждой жизни – использование и ненавязчивое распространение идеи альтруизма (радости заботы о других).

3) То, насколько ты реализуешь цель, определяет: кем и где ты родишься в следующий раз.

4) Но это не должно быть «самой выгодной стратегией», в этом нужно найти кайф.

Всё. Точка. Это и есть та самая Истина.

Не тратъ время и силы на более длинные «правила жизни»,
ибо тогда Истина забудется, и Цель потеряется.

Проснись. Выдержи испытание информацией.

Do You Speak Music?

в продолжение темы голосо-музыки

Музыка – это очень важная штука. Именно она вдохновляет и/или поддерживает нужный дух.

Но бывает такое настроение… Хочется чего-то панковского-препанковского… Но коллекция «мэтров» и новинок надоела… Душа хочет подпевать, но не может выбрать – кому… А ещё и креативный запал имеется… Значит, остаётся – не подпевать, а петь.

Эта статейка представляет собой простенькую и схематичненькую инструкцию для тех, кто уже понял, что изготовление музыки с помощью собственного голоса – это мегаинтересно и гипердиайвайно, но почему-то пока ещё не решился попробовать это сам.

Итак…

Что нам понадобится:
а) Микрофон,
б) Компьютер,
в) Программа-аудиоредактор,
г) Стакан воды.

Микрофон – ясное дело, что чем лучше – тем лучше, но нам подойдёт даже самая простенькая «прищепка».

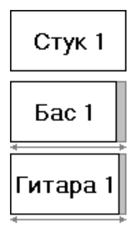
Компьютер – лишь бы у него была саундкарта, а в ней микрофонный вход.

Программа-аудиоредактор – такая, которая бы позволяла: а) записывать звуковые фрагменты, б) проделывать над ними разные манипуляции, и в) многодорожечно монтировать всякие их комбинации. Например, Adobe Audition (да здравствует пиратство! ☺). Или – SoundForge, или – ACID, или – …, – все более-менее современные редакторы имеют примерно одинаковый набор функций. Хотя, наверно, лучше, всё-таки, использовать бесплатный софт (freeware).

Наша задача будет состоять из 4-х этапов:
1) «стуча», гудя и жужжа в микрофон, записать 1 барабанный сэмпл, 4 басовых и 4 гитарных:



2) подрезать и сгладить их концы,
3) подогнать их длины к «общему знаменателю»:



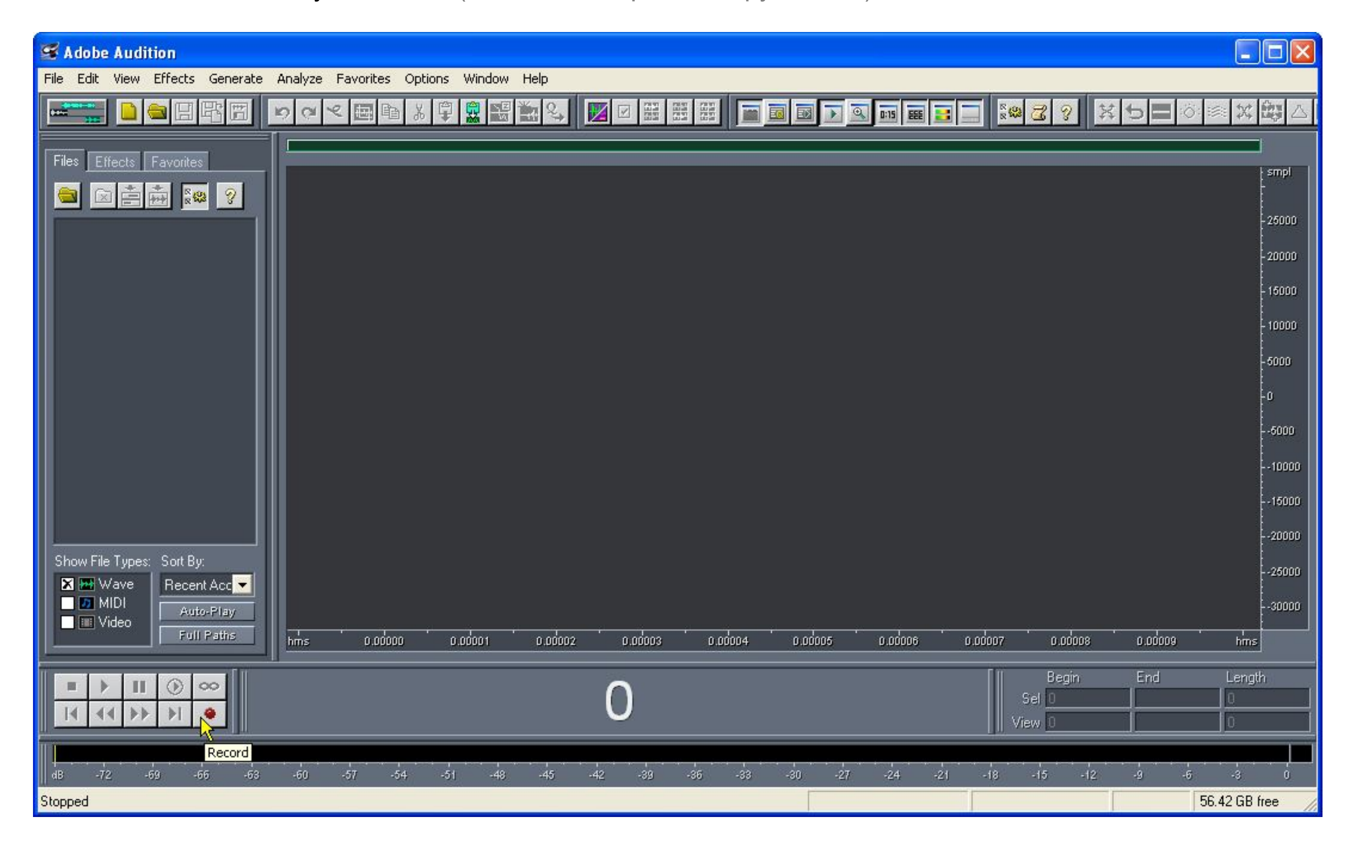
г) выстроить из них 3х-дорожечную композицию:

Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1
				Бас 1	Бас 2	Бас 3	Бас 4	Бас 1	Бас 2	Бас 3	Бас 4
								Гитара 1	Гитара 2	Гитара 3	Гитара 4

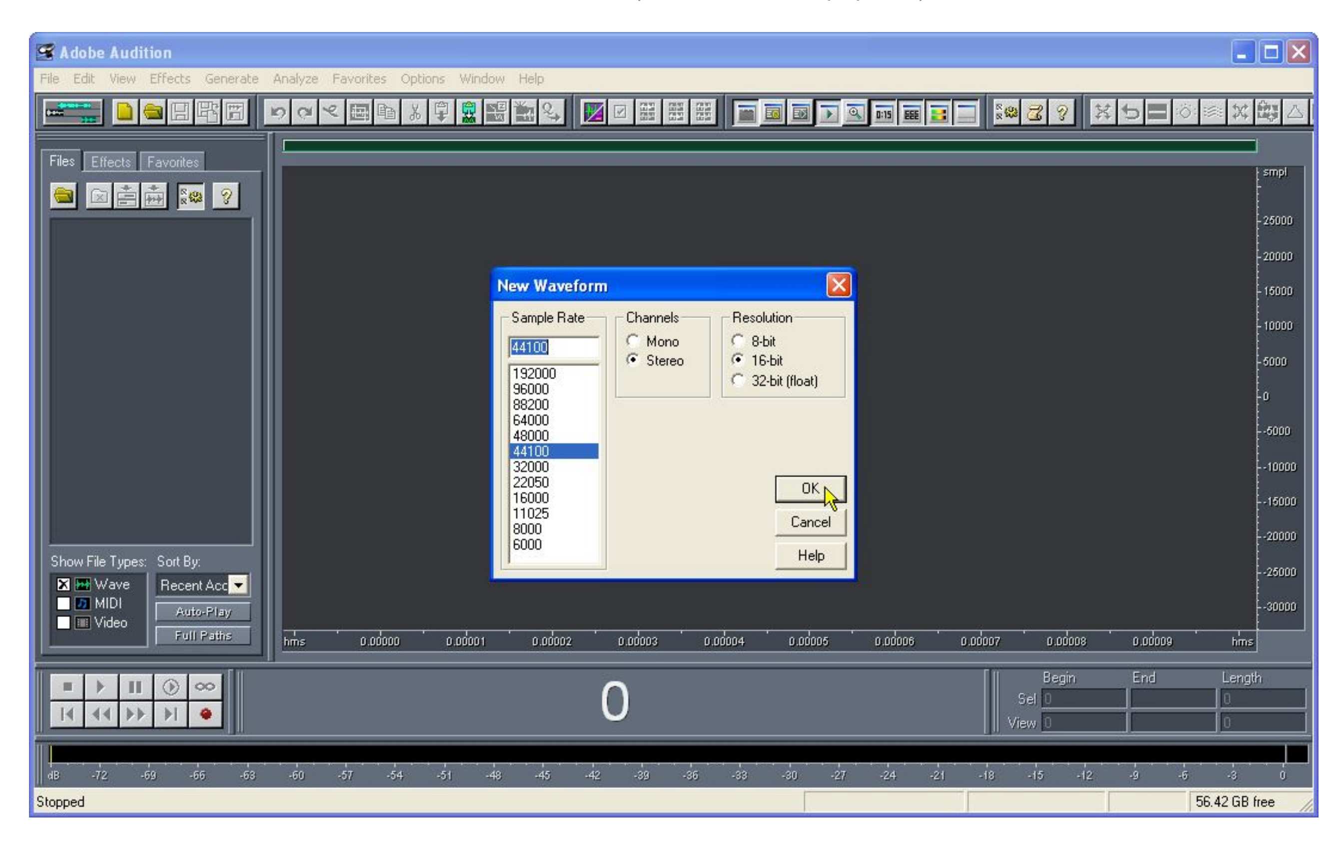
Втыкаем штекер микрофона в микрофонный вход, запускаем редактор, делаем глоток ☺

1) Запись сэмплов:

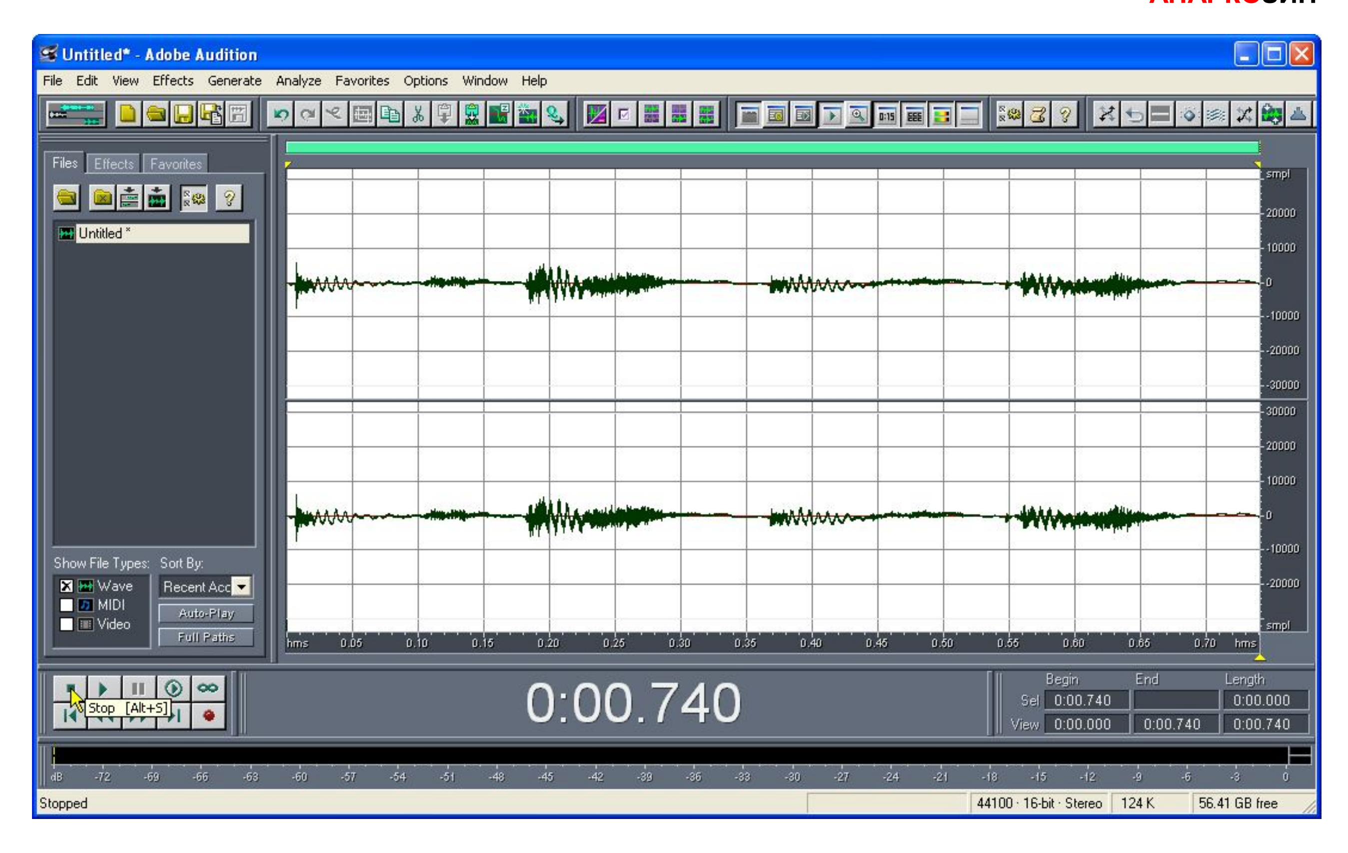
Нажимаем кнопку «Record» («Запись», с красным кружочком):



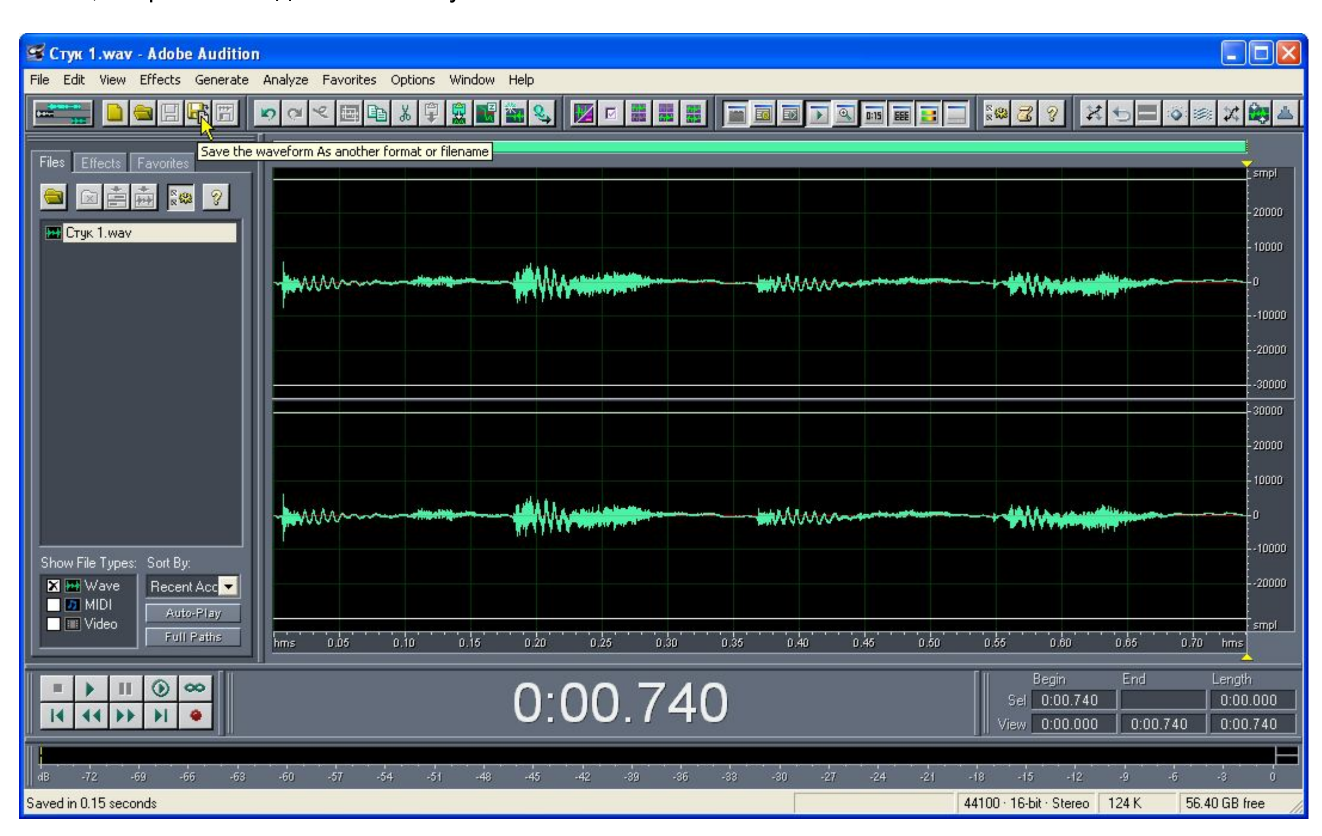
, в выскочившем окошке «New Waveform» («Новая Волноформа») нажимаем «хОКей»:



, «стучим» (туц!-тыц-туц!-тыц), нажимаем «Stop»:



, сохраняем под именем «Стук 1»:



.

Аналогично записываем «Бас 1» (**ту!-дым-ту!-дым**), «Бас 2» (тот же **ту!-дым-ту!-дым**, только другой высоты), «Бас 3» (**ту!-дым-ту!-дым** какой-то третьей высоты) и «Бас 4» (**ту!-дым-ту!-дым** четвёртой высоты). Стараясь соблюдать ту же скорость (темп), что и при туцтыцкании. В общем, нужно натудымкать 4 сэмпла с длинами, как можно более близкими к длине «Стука 1» (в данном случае – 0:00.740). И, само собой, – с примерно таким же отступом от начала.

Точно так же записываем 4 гитарных сэмпла – с одинакой «мелодией» (**джы!-джы-джы!-джы**), но в четырёх разных тональностях (например, совпадающих с басовыми).

Хозяйке на заметку ☺

Такие циклы из четырёх сэмплов одинаковой длины музыканты называют «квадратами» или «размером “четыре четверти”».

Это – самый простой, удобный для восприятия и распространённый «формат» (как, собственно, и четверостишия в тестах песен (и в прочей поэзии)).

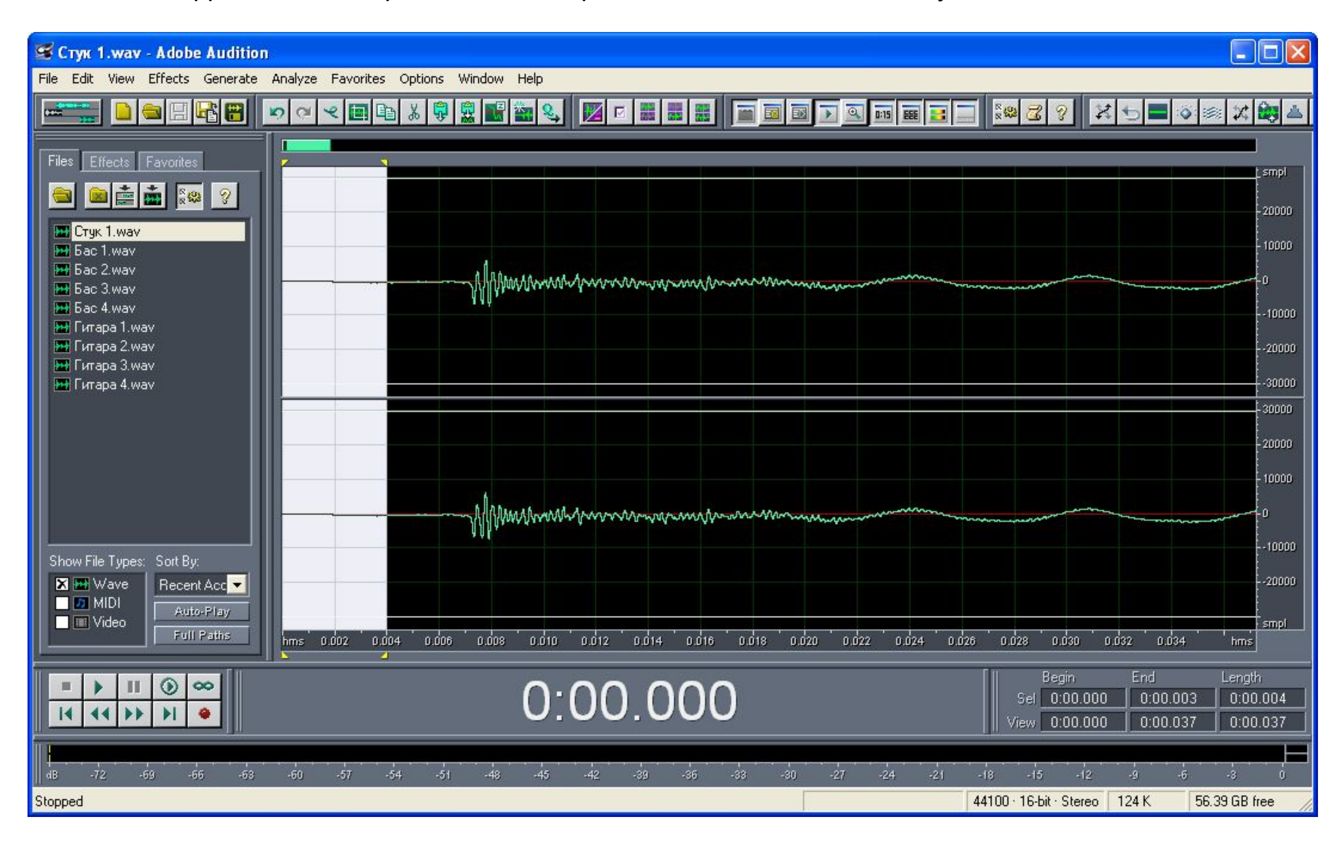
Идём дальше…

2) Подрезка-сглажка:

А именно, – обрезка лишнего с концов (точнее, – с начал и концов) и сглаживание этих самых начал и концов.

Начнём со «Стука 1».

Для подрезки начала сэмпла покрутим над ним колёсико мыши, чтобы увеличить масштаб, и, если надо, – сдвинем зелёный ползунок (вверху) до упора влево, выделим (мышью) всё, кроме небольшого фрагментика перед началом первого заметного всплеска звука:



, и нажмём клавишу «Del».

Конец подрежем только, если он не сходит более-менее плавно на нет, или если там имеется какой-то ну уж слишком бросающийся в глаза длинный «неинформативный хвост» после последнего всплеска.

Аналогично подрежем все остальные сэмплы, стараясь делать это так, чтобы начальные «довсплески» и конечные «послевсплески» выглядели примерно одинаково (были примерно одной и той же длины).

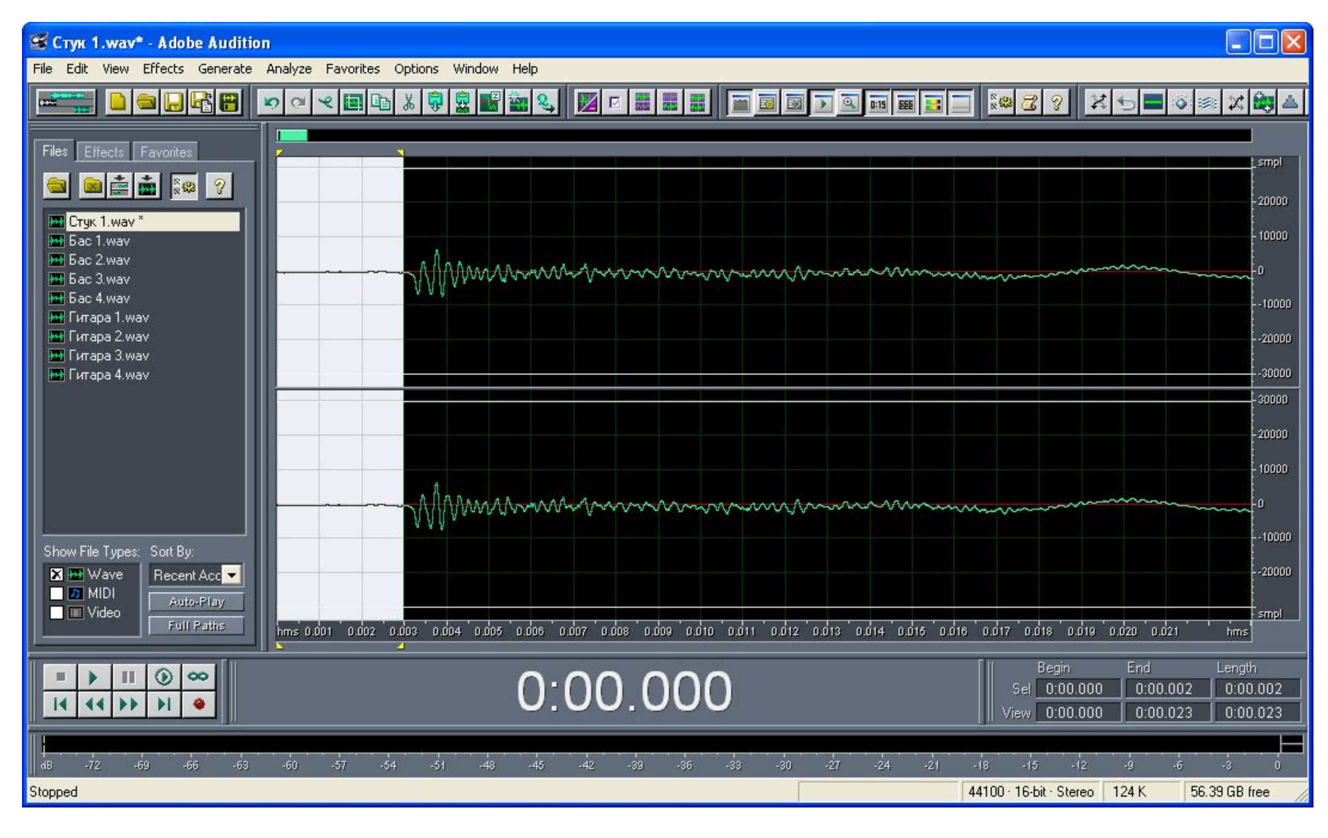
Теперь – сглаживание.

То есть, – плавное возникновение звука (плавный вход из тишины в звук, fade in) и плавное его пропадание (плавный выход из звука в тишину, fade out).

Это нужно для исключения неприятного треска и противных щелчков при проигрывании сэмпла в цикле (кнопка с лежащей «восьмёркой») и при переходе от одного сэмпла к другому (далее, в композиции).

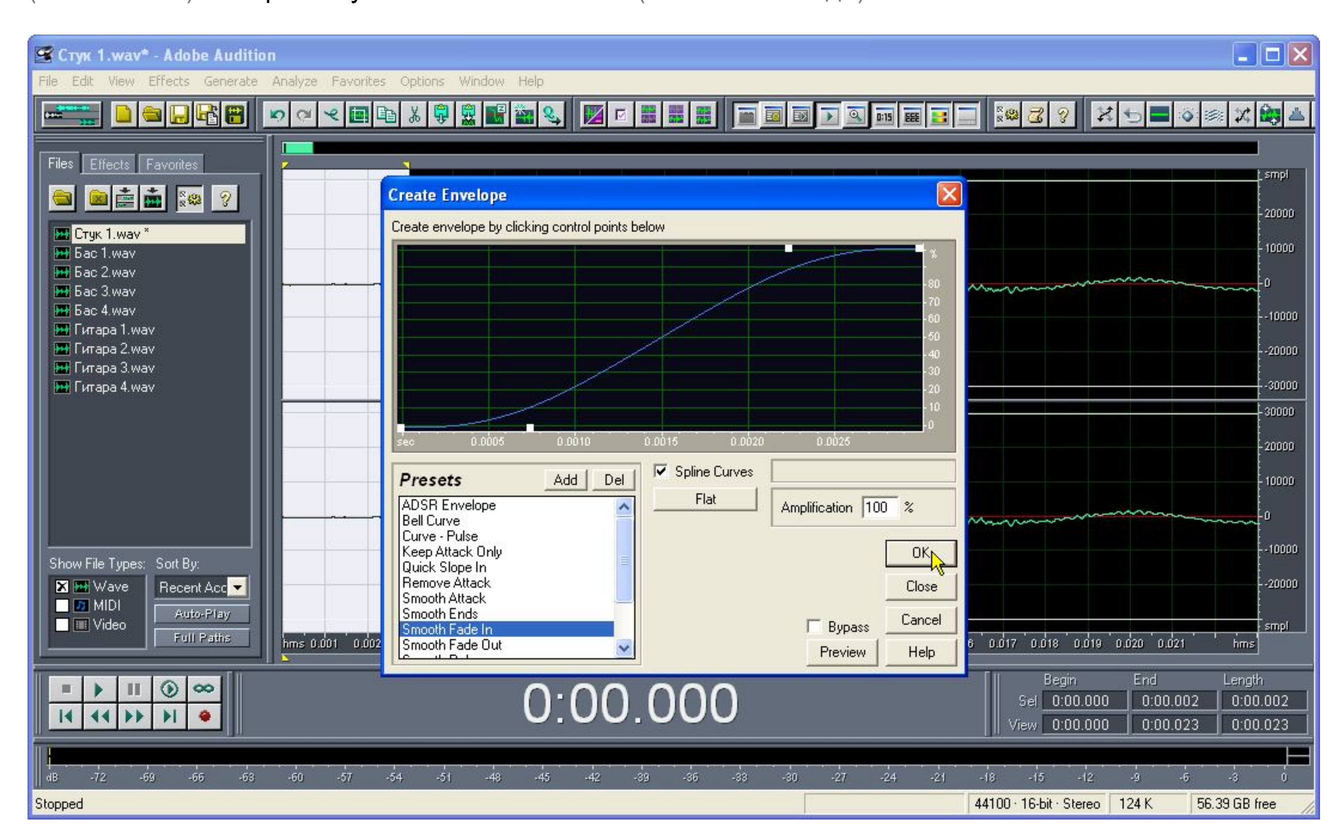
Увеличиваем масштаб.

Выделяем начальный фрагментик:

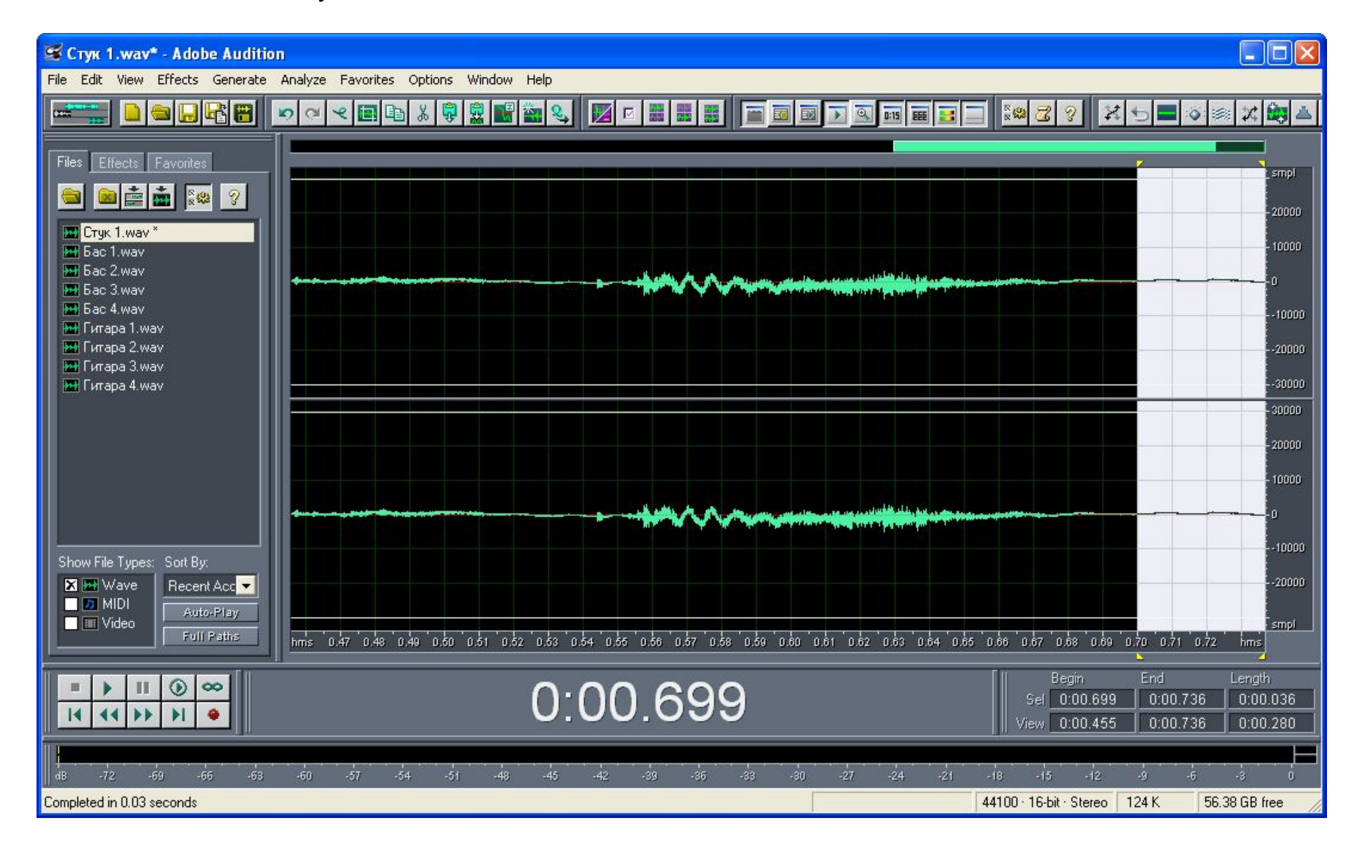


Выбираем в меню «Effects» («Эффекты») пункт «Amplitude» («Амплитуда»), а в открывшемся подменю – пункт «Envelope…» («Огибающая…»).

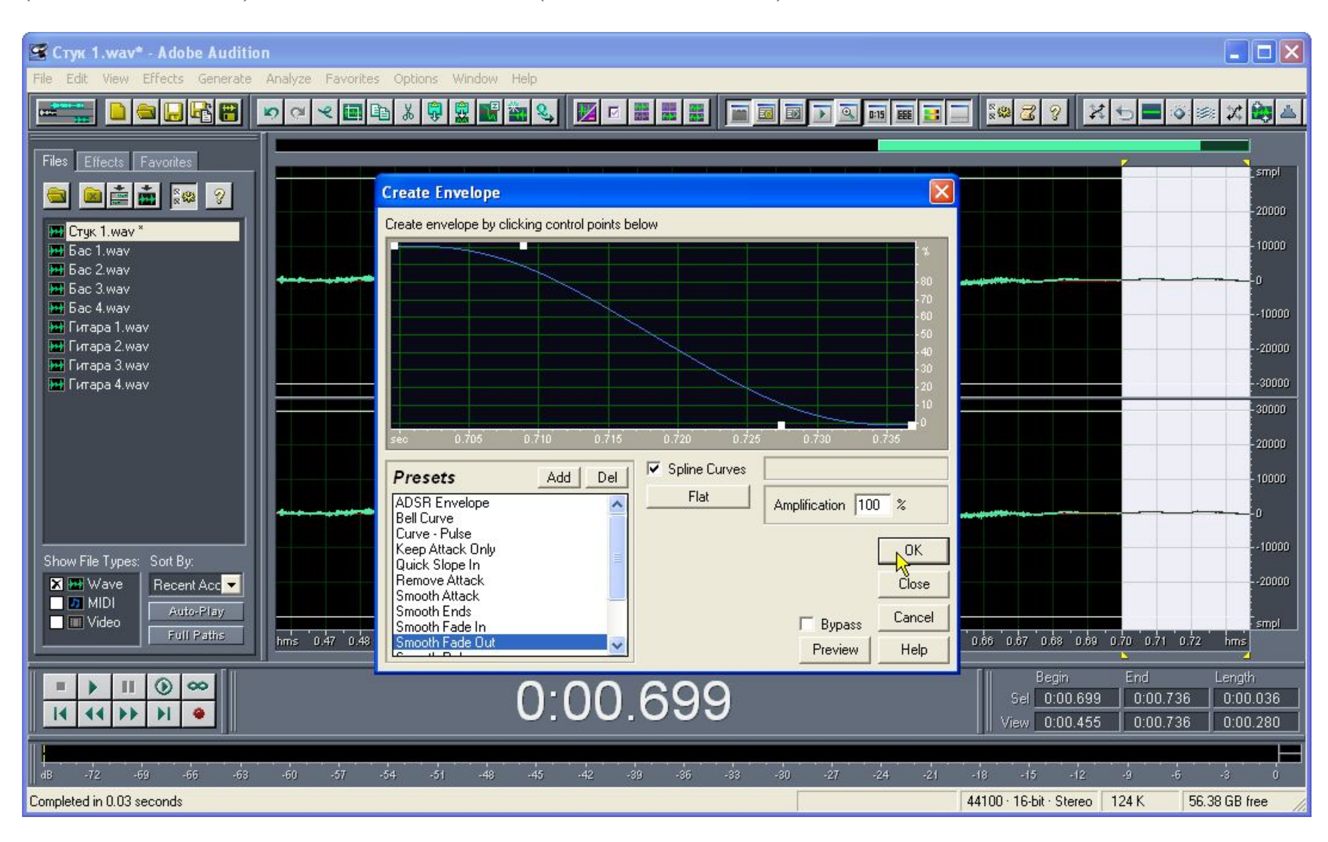
В выскочившем окошке «Create Envelope» («Создать Огибающую») в списке «Presets» («Шаблоны») выбираем пункт «Smooth Fade In» («Плавный Вход») и нажимаем «ОК»:



Аналогично поступаем с концом сэмпла:



, только в окошке «Create Envelope» («Создать Огибающую») выбираем не «Smooth Fade In» («Плавный Вход»), а «Smooth Fade Out» («Плавный Выход»):



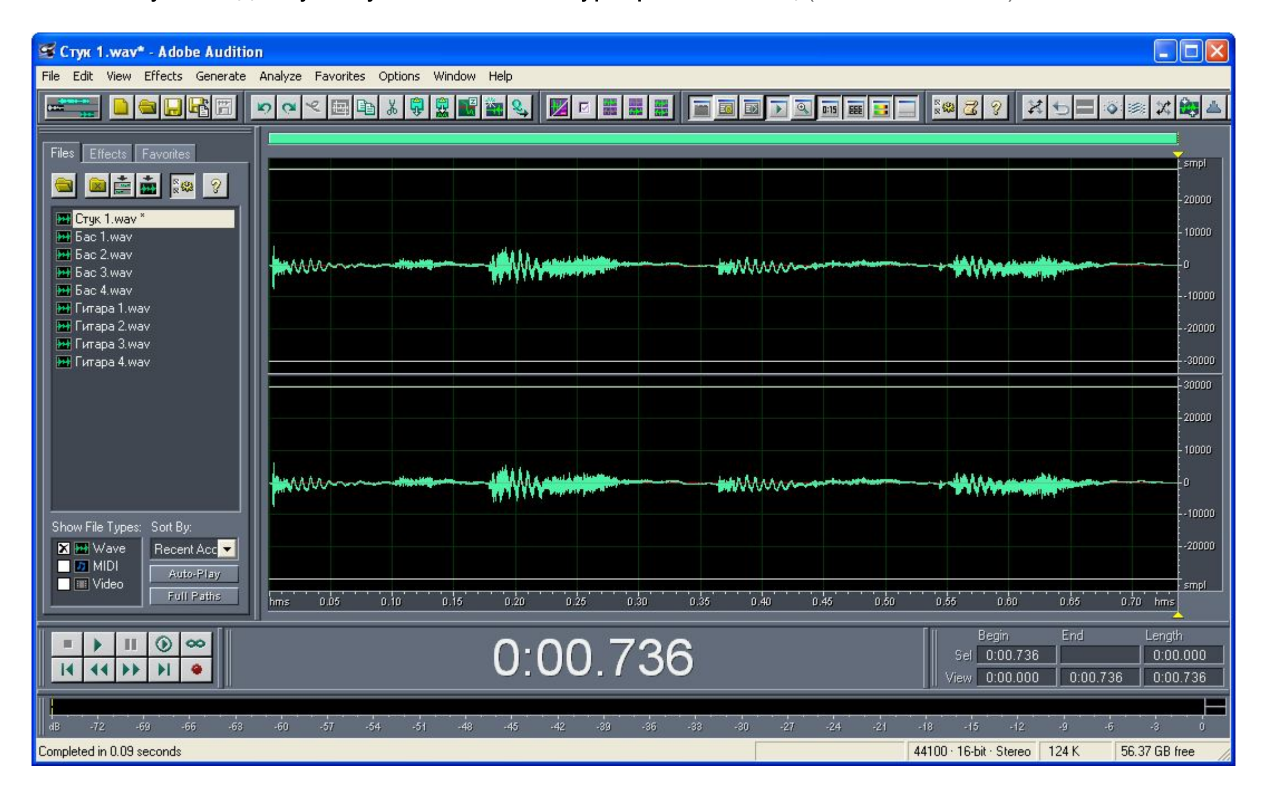
Всё, «Стук 1» подрезан и сглажен.

То же самое проделываем со всеми «Басами».
И то же самое – со всеми «Гитарами».

3) Подгонка длин:

То есть, – приведение всех сэмплов к одной и той же длительности звучания.
Возьмём за «эталон» сэмпл «Стук 1» и растянем или сузим остальные до такой же длины.

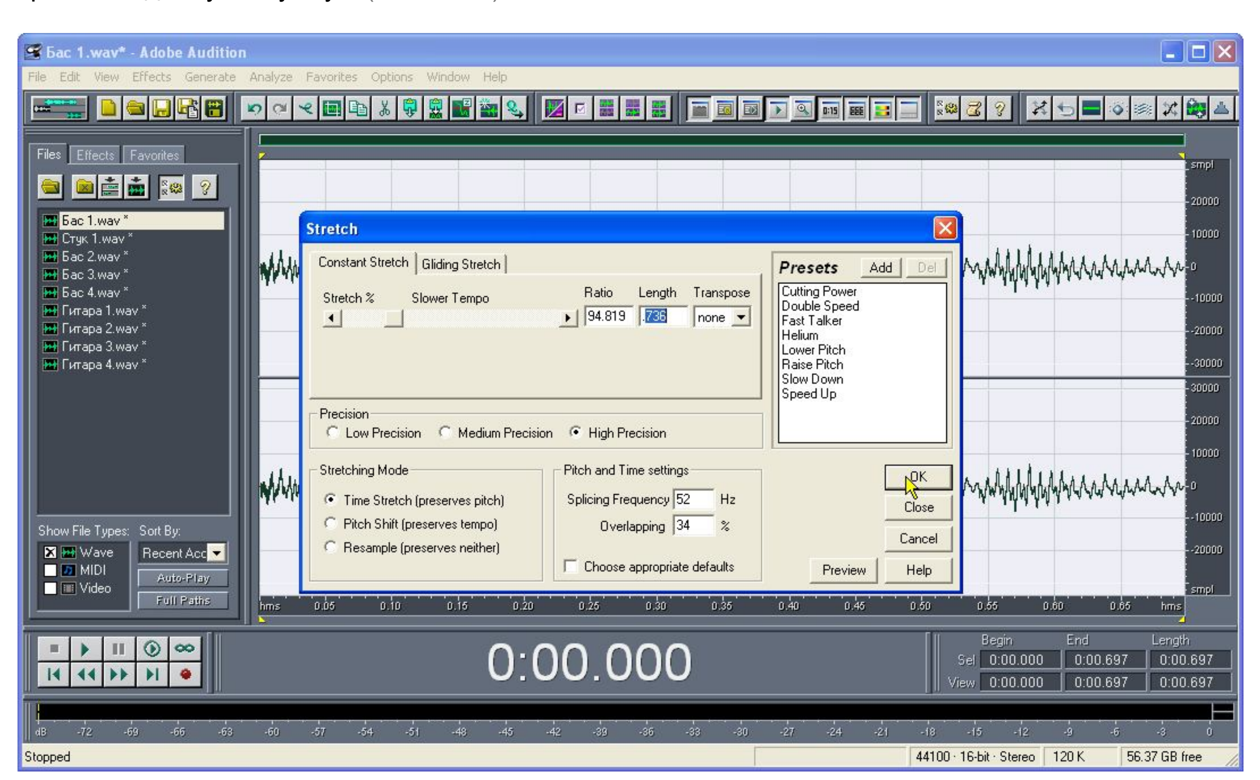
Чтобы узнать длину «Стука 1» – ставим курсор в его конец (клавиша «End»):



В данном случае, длина – 0:0.736.

Теперь выбираем сэмпл «Бас 1» (дабл-кликом в списке слева) и через меню «Effects» («Эффекты»), подменю «Time/Pitch» («Время/Сдвиг») вызываем окно «Stretch» («Растягивание»).

На первой же вкладке («Constant Stretch», «Обычное Растягивание») в поле «Length» («Длина») исправляем длину на нужную (**точка**736) и нажимаем «ОК»:



И – то же самое для всех остальных сэмплов.

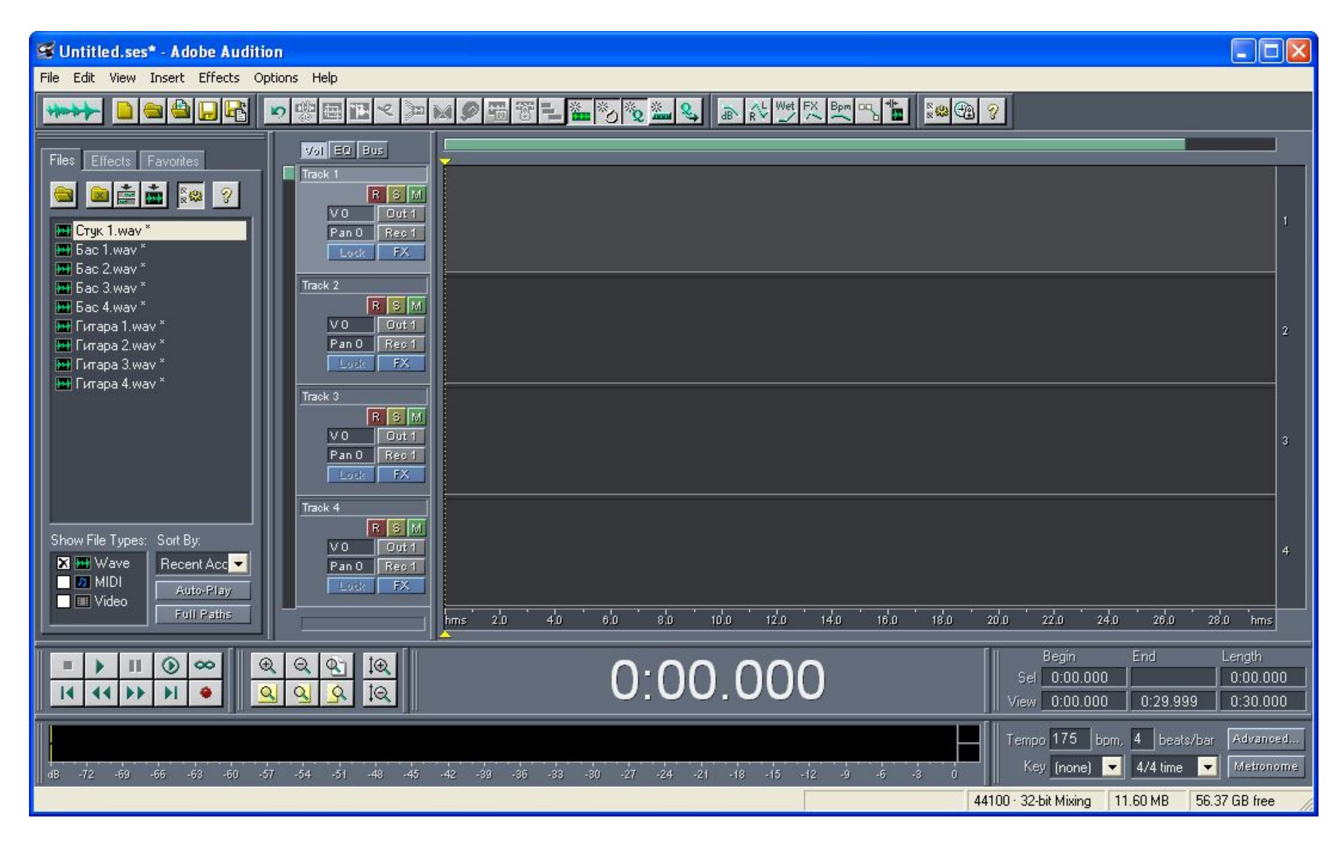
4) Композиция:

То есть, – складывание из нашего сэмпло-«конструктора» некоторого многослойного «произведения», или, как ещё говорят, – сведЕние.

Перейдём в многодорожечный режим редактора:



Откроется что-то, вроде этого:

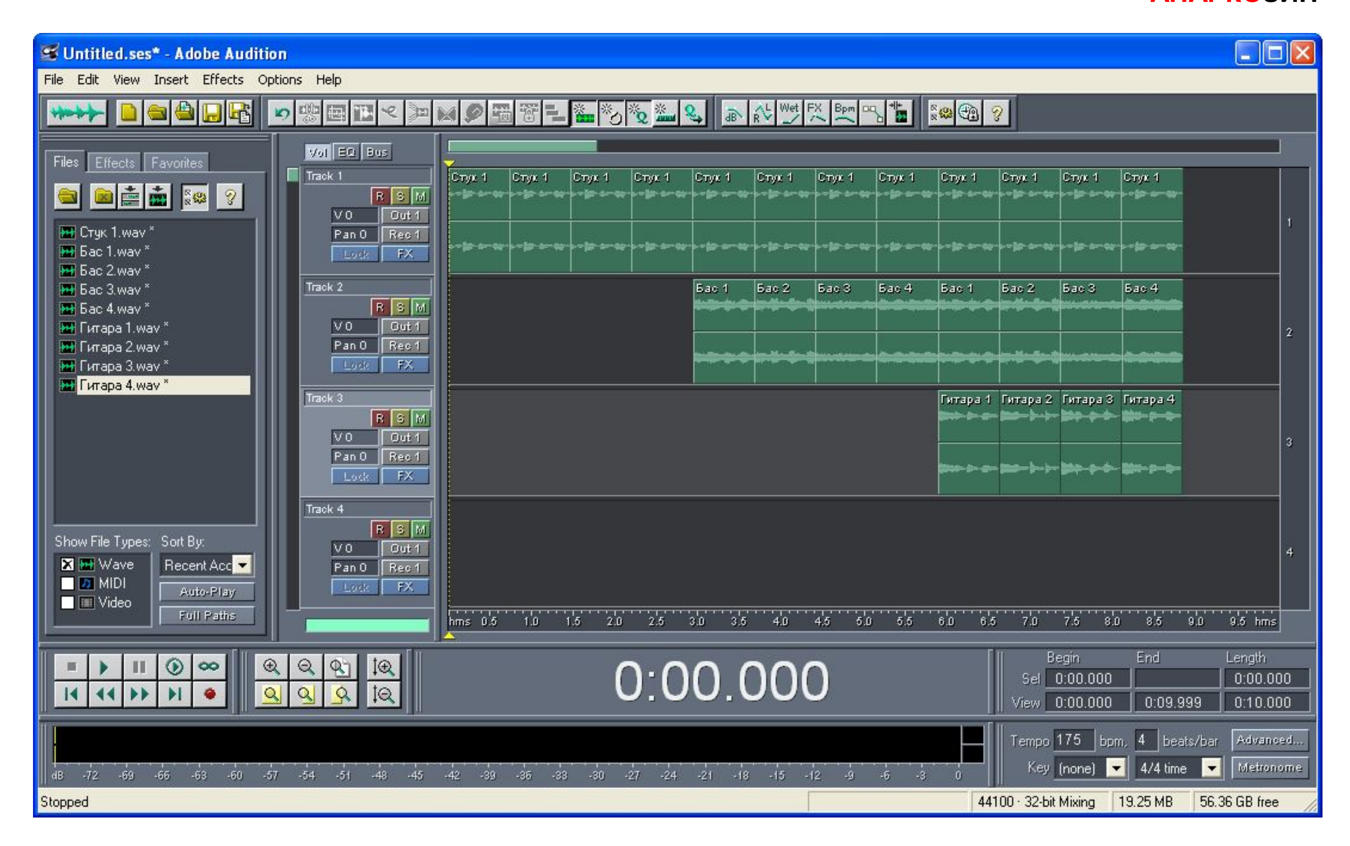


Перетаскиваем на первую дорожку справа (Track 1) 12 сэмплов «Стук 1».
На вторую (Track 2) – два басовых «квадрата» (сэмпл «Бас 1», сэмпл «Бас 2», сэмпл «Бас 3», сэмпл «Бас 4», и ещё раз – сэмпл «Бас 1», сэмпл «Бас 2», сэмпл «Бас 3», сэмпл «Бас 4»).
А на третью (Track 3) – гитарный квадрат (сэмпл «Гитара 1», сэмпл «Гитара 2», сэмпл «Гитара 3» и сэмпл «Гитара 4»).

Расставляя их стык-в-стык в соответствии с изначальным планом:

Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1	Стук 1
				Бас 1	Бас 2	Бас 3	Бас 4	Бас 1	Бас 2	Бас 3	Бас 4
								Гитара 1	Гитара 2	Гитара 3	Гитара 4

, вот так:



Всё, шедевр готов ☺

Можно зациклено включить на всю катушку и насладить домашних-соседей-сотрудников ☺ ☺

Можно сохраниться, сделать миксдаун (записать шедевр в wav- или mp3-файл, File/Save Mixdown As…) и послать на радио ☺ ☺ ☺

Можно, конечно, ещё добавить «тарелок», «хай-хэтов», скрэтчей, сбивок, вступлений, концовок, сол, вокалов и чего ещё душе угодно, можно где-то попереставлять сэмплы местами.

Можно почистить их (сэмплы) от шумов, можно наложить ревер и другие эффекты, и т.д., и т.п.

Можно организовать процесс сэмпло-записи более цивильно – каждый раз сначала создавать пустой файл тишины (File/New, OK, Generate/Silence…) какой-то константной длительности (например, 1 секунда) – так виднее: в какие пределы следует уложиться.

Можно записывать партии не «посэмплово», а сразу целиком – вся стучательная партия от начала до конца, вся басовая, вся гитарная и т.д., используя в качестве метронома, например – стрелочные часы (чтобы каждый раз попадать в один и тот же ритм).

Можно – … Можно – … Можно – …

Но это уже – дело личных мук творчества.
А данная статейка всего лишь пыталась показать, что голосо-музыка (или как её ещё называют – «битбокс» или «битбоксинг») – это очень доступный вид творчества, и, в сущности, – особо-то и не ограниченный какими бы то ни было рамками – ни стилевыми, ни тембральными, ни ещё какими-то. Ну, разве что – микрофон получше = звук «пожирнее» + борьбы с шумами поменьше. А так, в целом, – полёт фантазии, да и только.

Короче:

– Do You Speak Music?
– Конечно, буду! ☺

P.S. Особенно круто музыка сочиняется, когда летишь на велике по природе…

Тело Человеку Даётся Как Машина

гениальная песня панк-группы «Пурген»

Тело человеку даётся, как машина,
И всю жизнь ты двигаешься в ней.
Это – просто как кусок живого мяса,
С помощью которого ты можешь что-то взять и что-то сделать.

И не надо превращать его в смысл жизни,
И не надо тратить на него много денег.

Тело человеку даётся, как машина.
И всю жизнь ты двигаешься в ней.
А когда твоё тело умирает...
Тебе дают новое тело!

И всегда ведь так и было,
И всегда ведь так и было!
Никогда ты не забудешь,
Что всегда внутри ты будешь!
В биороботе ты будешь!

Даже, даже после смерти,
После тебя останутся мысли,
Которые создал ты для жизни,
Которые тебя на куски разгрызли.

А когда наступит старость,
Будет всё тебе не в радость.
И вокруг всё по-другому.
Нет места в обществе больному!

Сгинет старческое тело,
Тело деда станет детским,
Зашагает мальчик смело!...
И опять подохнет в теле!

А когда наступит старость,
Будет всё тебе не в радость.
И вокруг всё по-другому.
Нет места в обществе больному!

— — — — 8< — — — — 8< — — — —

Ты – в стрессе?

тебе поможешь ты

Зачем люди (очень многие люди) курят?

Правильно, – они так **снимают стресс**. Они так успокаиваются (после возбуждения). Они так расслабляются (после напряжения). Они так возвращаются в равновесие (после выпадения из него). Они так сосредотачиваются (после рассредоточения). Приходят в себя, переводят дух. Защищаются. От болезненных мыслей и некомфортных ощущений.

Они так **снимают стресс**.

То есть, – курение – это приём успокоительного.

А что такое «стресс»?

Это – переход нервной системы на более высокую частоту. И это вовсе не обязательно связано с чем-то плохим. Нет. Причиной всегда является всего-навсего что-то, что «слишком». Что-то, что «очень». Что-то, что взвинчивает. Заводит.

Но почему же – именно курение?

А потому, что курение – это очень простой, удобный, крайне быстрый (!!!) и гарантированный способ. Какие у него есть сравнимые альтернативы? Ну-ка, перечисли? Валерьянка? Медитация? …?

Почему же тогда многие другие люди НЕ курят?

Потому, что они: либо более стрессоустойчивы (тостокожи), либо, всё-таки, умеют снимать стресс альтернативными путями. Либо находятся в таком чудесном сочетании условий, когда стресс для них – редкость.

То есть, – чтобы не курить, нужно либо значительно снизить свою возбудимость, либо иметь другой эффективный антистрессор, либо максимально оградиться от стрессов.

А лучше – не либо-либо-либо, а всё это вместе.

И даже не «лучше», а «обязательно». Поскольку опора только на одного из трёх китов обычно заставляет человека скатываться в или бездушность, или в жестокость (чаще всего – садизм по отношению к близким), или в монашество.

Так что же конкретно можно сделать?

По пунктам:

1) Как значительно снизить свою возбудимость?

Найди то, что ей способствует, и постараться от него избавиться.

Искать стоит в потребляемом (пища, инфа) и в навязчивых мыслях, которые не дают тебе покоя. Однако, нужно трезво отдавать себе отчёт в том, что у тебя «зашито» генетически. Сицилиец – вряд ли, станет эстонцем. А левша – правшой.

2) Каким может быть другой_эффективный_антистрессор?

Во-первых, – есть старый, как мир, незамысловатый приём: последствия возбуждения вытесняются комфортными ощущениями от простой механической деятельности. – Рисование, вышивание крестиком, лёгкие гантели, карманный тетрис, – что угодно.

Во-вторых, – велосипед, ролики, плавание, футбол (играть, не смотреть), пинг-понг. – Подвижность. Гормоны стресса разрушаются при движении.

В-третьих, – самый суперский из всех возможных антистрессоров, релаксантов, антидепрессантов, и даже наркотиков – это «мне кайфово, когда тебе приятно». А суперский он тем, что он не только доступен везде и всегда, но и востребован всегда и всеми. Принимай его почаще.

3) Как максимально оградиться от стрессов?

Забей на пищу, которая тебе не подходит. А ещё лучше – ешь только то, что предназначила в пищу сама природа. И то, что как можно минимальнее связано с чьими-то страданиями.

Забей на инфу, которая тебе не нужна. Забей на вселезущие медиа, на ТВ, www и прочее, как источники вербояда и бесполезного инфотрэша. Забей на мудрые книги, не корми их своим временем. И не давай им помочь тебе забыть Истину. Забей на мудрые песни. Забей на всяких Учителей.

Забей на обиды и ядовитые воспоминания. Прости всех и за всё. Чем разбираться: «кто передо мной виноват и кто мне должен», – просто выбрось мусор. Все (абсолютно все) проблемы – от того, что люди: а) боятся быть самими собой, б) мешают другому быть другим (самим собой), в) помнят о том, что кто-то другой когда-то, бл…ь, мешал мне быть самим собой. Зачем же тебе во всём этом продолжать участвовать?

Забей на все мысли, слова и действия, которые не вписываются в рамки «или – хорошее, или – ничего». На слова – в особенности. Да и вообще, – немногословность, сама по себе, очень умиротворяет.

Забей на все мудрости, кроме «Возлюби ближнего».

Люби весь мир. Важной (!) и незаменимой (!) частью которого ты являешься. И в котором нет ни одной лишней детали. Люби просто так, ни за что и не смотря ни на что. Неси в мир хорошее и доброе. И он ответит взаимностью. Бумеранг вернётся. Это – банальность, но она – настоящая. Только не надо впадать в религию.

Вот и всё.

P.S. Пусть твоя реальность станет такой, от которой не нужно бежать. Тогда «инструменты бегства от реальности» перестанут быть нужны.

10 заповедей

1) Не ищи заповедей получше, чем эти.

2) Не сотвори себе кумира.

3) Не болтай о заповедях лишний раз.

4) Раз в неделю отдыхай и укрепляйся в правиле «или – хорошее, или – ничего».

5) Почитай родителей.

6) Не делай другому больно первым и не мсти.

7) Будь верен «второй половине».

8) Не кради.

9) Не клевещи.

10) Не завидуй, иди своим уникальным путём.

---

7 ежедневных грехоиспытаний

Удовольствиемания

Алчность

Праздность

Гордыня

Похоть

Зависть

Гнев

P.S.

Братья и сЕстры, панки и непанки.

Давите вирусов, будьте альтруистами, соблюдайте заповеди, выдерживайте грехоспытания, speak music, любите друг друга, мутите ФНБ, покупайте в сэконде одежду и носите её в детдом, и т.д., и т.п.

Потому, что всё это = очень круто.

Хой

— — 8< — —

anarcozine@mail.ru
http://anarcozine.livejournal.com

■ (точка)